

CT – 133/2022

Barueri, 10 de maio de 2022.

À
Secretaria de Assistência e Desenvolvimento Social
A/C: Sr. Horácio Santalucia Filho
Coordenador Técnico da Gestão do SUAS

Ref.: Termo de Fomento nº 02/2019 – 4º Aditamento

Prezado Senhor,

Em conformidade com o termo em referência, encaminhamos Relatório das atividades desenvolvidas pelo Programa Viver Bem referente ao 1º Quadrimestre de 2022.

Colocamo-nos à disposição para maiores esclarecimentos.

Atenciosamente,


Julian Pierre Coelho
Coordenador Geral

Coordenadora Técnica de Gestão do SUAS
Secretaria de Assistência e Desenvolvimento Social
ROTOCOLO Nº 723
IVRO _____ FLS _____
Data de Entrada 10/05/22 Horário 14:37

Responsável Pelo Protocolo



Termo de Fomento nº 02/2019
4º Aditamento

Relatório de Atividades Desenvolvidas

Programa Viver Bem

1º Quadrimestre – 2022

**RELATÓRIO QUADRIMESTRAL DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS
PROGRAMA VIVER BEM – GRUPO VIDA BRASIL**

PERÍODO DE REFERÊNCIA: 1º QUADRIMESTRE – 2022

1 - IDENTIFICAÇÃO:

| | |
|---|---|
| Organização: Grupo Vida Brasil | CNPJ: 02.983.163/0004-00 |
| Endergo: Av. Itaquí | Nº: 325 – Complemento: Sala 02 |
| Bairro: Jardim Belval | CEP: 06420-210 |
| Telefone: (11) 4198 3833 | Cell.: - |
| E-mail: grupovida@grupovidabrasil.org.br | Site: www.grupovidabrasil.org.br |
| Presidente: Thais Yuni Tanaka de Almeida | |

2 - PROGRAMA: VIVER BEM

| | |
|--|--|
| 2.1. - Público-alvo: | Faixa Etária: |
| a) () Criança/Adolescente | |
| b) (X) Idoso | 60 anos ou mais |
| c) () Pessoa com Deficiência | |
| d) () Pessoa em situação de Rua | |
| e) () Família | |
| 2.2 - Os usuários e/ou suas famílias estão referenciados no CRAS: | a) (X) Sim |
| 2.3 - Números de famílias que estão referenciados: (26) | b) () Não <input type="checkbox"/> CREAS |

Jd. Belval (18);
Jd. Paulista (04);
Jd. Silveira (01);
Pg. Imperial (01);
Engo. Novo (02);

3 - METAS DO PERÍODO:

| META / ATENDIDOS | JANEIRO | FEVEREIRO | MARÇO | ABRIL | TOTAL NO QUADRIMESTRE (conforme lista de atendidos) |
|------------------|---------|-----------|-------|-------|---|
| a) Programada | 70 | 70 | 70 | 80 | 30 |
| b) Executada | 78 | 76 | 81 | 82 | 92 |

3.1 - Justificar quando houver variação da meta / atendidos:

- Janeiro: No período foram feitas 7 inserções no Serviço e 04 exclusão, por motivos de: baixa assiduidade, desistência e por estar fora de abrangência.
- Fevereiro: No período houve inserção de 02 usuários no Programa e 02 exclusão, um usuário em tratamento de saúde está morando em outro município, e ocorreu a desistência por parte de outro usuário.
- Março: 07 idosos da lista de espera foram inseridos e 4 idosos no mês foram excluídos, considerando mudança de endereço e desistência.
- Abril: Em abril houveram 03 exclusões em virtude de desistência do usuário e 05 inclusões.

3.2 - Atendidos no período:

| ATENDIDOS | JANEIRO | | FEVEREIRO | | MARÇO | | ABRIL | | NÚMERO DE ATENDIDOS PELA EQUIPE | |
|--------------------------|------------|---------|------------|---------|------------|---------|------------|---------|---------------------------------|----------|
| | Individual | Família | Individual | Família | Individual | Família | Individual | Família | Indiv. | Família |
| a) Serviço Social | | | | | | | | | | |
| 1. Atendimento | 19 | 2 | 17 | 1 | 33 | 1 | 34 | 1 | | |
| 2. Encaminhamento | - | - | - | - | - | - | - | - | | |
| 3. Visita Domiciliar | | 11 | | 4 | | 06 | | 01 | | |
| b) Psicologia | | | | | | | | | | |
| 1. Atendimento | 3 | - | 8 | - | 2 | 0 | 3 | 0 | | |
| 2. Encaminhamento | - | - | - | - | - | - | - | - | | |
| 3. Visita Domiciliar | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | |
| c) Fisioterapia | | | | | | | | | | |
| 1. Atendimento | 12 | - | 16 | - | 12 | - | 3 | - | | |
| 2. Encaminhamento | - | - | - | - | - | - | - | - | | |
| 3. Visita Domiciliar | | 3 | | - | | - | | 3 | | |
| | | | | | | | | | 92 | 5 |

3.3 - Atendidos no período:

| ATENDIDOS | JANEIRO | | FEVEREIRO | | MARÇO | | ABRIL | |
|---|--------------------------|-----------------|--------------------------|-----------------|--------------------------|-----------------|--------------------------|-----------------|
| | Qnt. Encontro | Qnt. Atendido | Qnt. Encontro | Qnt. Atendido | Qnt. Encontro | Qnt. Atendido | Qnt. Encontro | Qnt. Atendido |
| a) Ações Socioeducativas | | | | | | | | |
| 1. Grupo de usuários | 6 | 29 | 14 | 60 | 13 | 59 | 13 | 54 |
| 2. Grupo de Famílias | 1 | 7 | 1 | 2 | 1 | 4 | 1 | 7 |
| b) Oficinas/Atividades: | Qnt. Encontro | Qnt. Atendido | Qnt. Encontro | Qnt. Atendido | Qnt. Encontro | Qnt. Atendido | Qnt. Encontro | Qnt. Atendido |
| Fisioterapia - Pélvica | 4 | 9 | 3 | 9 | 3 | 8 | 4 | 8 |
| Fisioterapia Estimulo Cognitivo | 4 | 18 | 4 | 18 | 1 | 8 | 3 | 14 |
| Fisioterapia - Geropilates | 6 | 24 | 6 | 26 | 5 | 25 | 8 | 27 |
| Dança | 3 | 27 | 4 | 27 | 05 | 11 | 3 | 23 |
| Dança Coreografada | 3 | 27 | 2 | 13 | 03 | 10 | 3 | 14 |
| Musicoterapia - Fluido em movimento | 3 | 10 | 0 | 0 | 3 | 7 | 4 | 19 |
| Musicoterapia - Coral | 3 | 14 | 0 | 0 | 4 | 17 | 4 | 17 |
| Inclusão Digital (Modernidade digital/ praticando no celular e em tablet) | 4 | 12 | 3 | 19 | 4 | 21 | 8 | 25 |
| Corte e Costura | - | - | 3 | 10 | 3 | 11 | 4 | 14 |
| TOTAL DE ATENDIDOS | 29 | | 60 | | 59 | | 54 | |
| c) Atividades complementares: | Quantidade de atividades | Quant. Atendido | Quantidade de atividades | Quant. Atendido | Quantidade de atividades | Quant. Atendido | Quantidade de atividades | Quant. Atendido |
| Aniversariantes do Mês | 1 | 12 | 1 | 21 | 1 | 17 | | |
| Janeiro Branco | 1 | 38 | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|--|---|----|---|----|--|---|----|--|--|
| Conhecendo as atividades | 1 | 11 | | | | | | | |
| Atividade Interativa – Jogos e Dança | 1 | 23 | | | | | | | |
| Cine Pipoca | | | 1 | 18 | | | | | |
| Baile De Carnaval | | | 1 | 11 | | | | | |
| Dia Intemacional da Mulher | | | | | | 1 | 40 | | |
| Prevenção de quedas | | | | | | 1 | 25 | | |
| Atividade Interativa | | | | | | 1 | 13 | | |
| ** Dia Mundial da Saúde e Aniversariantes de abril lançados no grupo do Técnico responsável da Atividade no dia | | | | | | | | | |

4 - AÇÕES DE CONVIVÊNCIA E FORTALECIMENTO DE VÍNCULOS FAMILIARES E COMUNITÁRIOS:

4.1 - Grupos com famílias:

No período foram trabalhados os seguintes temas:

- Janeiro – Neste mês foi trabalhado com os familiares sobre o janeiro branco, juntos em uma roda de conversa foi apresentado o tema, a importância do autocuidado que tende a influenciar no familiar e nas pessoas próximas, foi pontuado maneiras de auxiliar o idoso a tirar um tempo para cuidar de si e para seu autocuidado.
- Fevereiro – Foi realizado um "bate papo" com os familiares sobre o tema de sustentabilidade, sendo levantadas diversas ações sustentáveis. Foi considerado o tema trabalhado com os idosos durante o período.
- Março – Foi realizada a atividade com os familiares onde o tema central foi "Sociedade". Juntos foi discutimos o conceito de sociedade, como é viver em sociedade, quais os grupos sociais em que participamos ao longo da vida (foi desenvolvido um organograma para a compreensão do assunto) e quais são/foram e serão os nossos papéis sociais. Com intuito de memorização, realizado a dinâmica de adivinhação dos papéis sociais. O grupo demonstrou interesse, dinamismo e reflexão sobre o assunto.
- Abril – Familiares dos idosos foram convidados a conhecer as atividades dos usuários participando na última semana do mês.

4.2 - Grupos com beneficiários:

- Janeiro

No período o serviço social desenvolveu as seguintes atividades:

- No encontro foi realizado uma roda de conversa, onde foi discutido sobre projetos futuros, também foi levantado de uma forma democrática quais assuntos eram de interesse dos idosos para ser trabalhados no ano. Neste encontro também foi apresentada a psicóloga que acompanhou o grupo nesta ocasião para interação com os novos idosos incluídos no programa. No encontro houve a oportunidade de trabalhar a autonomia e democracia, os idosos demonstraram se sentir acolhidos, pertencentes do grupo, contribuindo para a sua autonomia.
- Na ocasião foi realizado um jogo interativo com os idosos, "Continue a música", onde os idosos relembriaram músicas importantes de seu processo histórico.
- Na presente atividade foi realizada a dinâmica "Continue a História", onde os idosos puderam observar a importância da união e estimular o cognitivo.

No período a psicóloga trabalhou os seguintes temas:

- * Realizado o reencontro da psicóloga após período de afastado médico. Foi esclarecido para o grupo sobre o estado de saúde devido os idosos se mostrarem preocupados. Houve acolhimento do grupo o qual se mostrou receptivo e acolhedor com a profissional.
- Foi realizada atividade com estímulo cognitivo de memória, onde foi utilizado diversas figuras e cores. Houve participação dos idosos com boa interação.
- Realizada atividade referente ao janeiro branco falando da importância de cuidar da saúde mental e emocional. Em seguida foi realizado em uma folha as metas que cada um deseja alcançar/realizar.

- Fevereiro

No período, o serviço social abordou os seguintes temas:

- Foi realizada uma roda de conversa sobre o tema "sustentabilidade" e foi exposto um vídeo para colaborar com a memorização do tema, os idosos participaram e tiveram várias ideias sobre contribuir com o meio ambiente, como por exemplo a reciclagem.

- Realizada uma dinâmica com música, onde os idosos viam as imagens e recordavam uma música. O objetivo foi trabalhar aspectos cognitivos através de uma atividade interativa e dinâmica.
 - Neste encontro foi trabalhado o tema "Reciclagem e a alimentação", foi apresentado um vídeo que ensinava o passo a passo para realizar uma composteira em casa. Em seguida foi realizada uma roda de conversa em que os idosos discutiram sobre a importância do tema, quem já utilizava a composteira em casa e quais as receitas eles faziam com a reutilização de resíduos alimentares. O encontro teve a oportunidade de proporcionar a conscientização sobre o processo de reciclagem e alimentação econômica para benefício financeiro individual e do meio ambiente.
 - Foi realizada uma roda de conversa em que discutimos o tema "Sustentabilidade", entendemos a necessidade do cuidado com o meio ambiente através de nossas ações individuais para o bem coletivo, como a reciclagem e reutilização de resíduos. Também foi realizado uma dinâmica com balões com o objetivo de entender as ações coletivas, e a necessidade da união para a melhoria do meio ambiente.
 - Foi realizada uma chuva de ideias sobre o tema de sustentabilidade, para compreender como foi absorvido pelos idosos, eles exaltaram pontos importantes como a reciclagem, meio ambiente, as dicas trocadas nas atividades anteriores e a composteira.
 - Foi realizada uma atividade manual neste encontro, com intuito de memorizar o tema trabalhado a "sustentabilidade" e "meio ambiente". Juntos realizou-se a customização de um material reciclado (lata, pote, garrafa pet, caixa de leite) para ser utilizado como porta treco. A atividade teve por objetivo a socialização, cooperação grupal, união entre os participantes, criatividade e autoestima. Além de colaborar para o fortalecimento familiar, pois foi dado a ideia de fazerem em casa com os familiares, e com o objeto em casa sempre lembrar da importância da sustentabilidade.
- No período, a psicóloga trabalhou os seguintes temas:**
- Realizada atividade em grupo, onde foi trabalhado as metas para 2022, onde foi passado para uma folha os desejos e metas a serem realizados no decorrer do ano. Houve participação e interação de todos.
 - Realizada atividade em que através de uma dinâmica com bexiga, bolas coloridas e bambolé foi trabalhada a temática de concentração e equilíbrio, com objetivo de mostrar que nas atividades diárias a importância de se planejar para evitar a ansiedade e estresse. Houve interação e participação de todos.
 - Realizada atividade com a dinâmica do pirulito, com o objetivo de mostrar a importância em ajudar o próximo seja na família, com os amigos no seu dia a dia, assim fortalecendo mais os vínculos. Houve a participação de todos com boa interação.
 - Realizada atividade em grupo, onde foram utilizadas revistas para escolherem alguma imagem que gostem e represente algo sobre sua vida ou que fale da história deles. Houve ótima participação e interação de todos.
 - Realizada dinâmica com a participação do instrutor de dança, onde foi trabalhado através de perguntas e respostas para estimular a parte cognitiva, atenção e interação social. Houve boa participação.
 - Realizada atividade em que objetivo foi trabalhar interação com os idosos conhecendo um pouco de cada colega do grupo. Foi utilizado uma bola onde cada um falava um pouco de si e após todos falarem, cada idoso tinha que falar uma qualidade e o nome de um idoso.
- **Marco**
- No período, o Serviço Social abordou os seguintes temas:**
- No mês de março o serviço social abordou o tema central: "Sociedade" e segue abaixo, as descrições das atividades:
- Através de uma roda de conversa foi apresentado aos idosos o tema principal do mês de março que será "Sociedade" e os subtemas a serem discutidos. Foi trabalhado no encontro sobre o "Ser Social" o conceito do tema, o que é um ser social, desde quando somos seres sociais e como é o ser social contemporâneo. Através das conversas os idosos contribuíram dando alguns depoimentos de suas vivências e conhecimentos, o que contribui diretamente no processo de autoestima e socialização dos usuários.
 - Foi realizada uma atividade manual a realização de um porta treco através dos materiais recicláveis que os idosos trouxeram para o grupo. A atividade contribuiu para o trabalho em equipe e aumento da autoestima.

- Foi realizada uma dinâmica onde todos os idosos criaram uma história através de figuras, que teve por seu objetivo demonstrar como somos importantes para a sociedade, após discutimos sobre quais os vínculos sociais que fortalecemos ao longo da vida, o respeito e quais as sociedades que participamos enquanto ser social (Família, escola, trabalho, religião e o GVB). Os idosos foram bastante participativos na atividade, compartilharam histórias pessoais contribuindo para a socialização do grupo.
- Foi trabalhado sobre o tema "Papéis sociais" juntos e através de uma dinâmica desvendamos sobre os que adquirimos ao longo da vida, e quais são eles, foi discutido em seguida sobre o tema, quais os papéis que representamos, direitos e deveres e quais os conhecimentos adquiridos no mês. Houve interação no grupo e a participação de todos.
- Orientações sociais referente os idosos que são referenciados no CRAS e CREAS para atualização de cadastro.

No período, a Psicóloga trabalhou os seguintes temas:

- Realizada atividade em que foi trabalhado interação social entre os idosos, com objetivo de se conhecerem melhor e respeitar as diferenças, fortalecendo mais os vínculos.
- Orientações psicossociais referente os idosos que são referenciados no CRAS e CREAS para atualização de cadastro.
- Realizada atividade em que foi trabalhado o tema sobre ansiedade e transtorno de ansiedade. Foi abordado sobre a diferença entre ambas e a importância em cuidar da mente, usando alguns métodos fáceis no dia a dia. Para finalizar realizado dois jogos para mostrar uma das formas como podemos nos exercitar e cuidar da mente.
- Realizada atividade em que foi trabalhado o tema sobre ansiedade e transtorno de ansiedade. Foi falado a diferença entre ambas e a importância em cuidar da mente, usando alguns métodos fáceis no dia a dia. Para finalizar realizado uma meditação para mostrar uma das formas para ajudar na ansiedade.
- Realizada atividade, onde foi trabalhada a importância do trabalho em equipe, em fortalecer os vínculos. Onde foram divididos dois grupos para entrarem em um consenso em criarem uma história. Logo após o término cada grupo contou sua história. Houve a participação e interação bem dinâmica de todos.
- Realizada atividade com tema construindo histórias, com objetivo de fortalecer os vínculos e trabalho em equipe. Foi utilizado cartolinas com fita guache e lápis de cor para cada grupo dividido em 4 entrassem em um consenso para criarem uma história. Ao final cada grupo contou seu tema escolhido com a participação e interação de todos.
- Realizada atividade com objetivo de trabalhar parte cognitiva, de uma forma descontraída com desenhos usando a criatividade e a imaginação. Houve a participação positiva de todos.
- Realizada atividade presencial, onde foi dado continuidade na atividade construindo histórias. O grupo deu sequência, finalizando para apresentar na próxima semana.
- Houve a participação de todos os presentes.
- Realizada atividade com objetivo em desenvolver o trabalho em equipe, respeitar as opiniões e as diferenças. Onde foi mostrado uma caixa com vários objetos para os grupos, onde ambos deveriam reproduzir exatamente o que haviam visto na caixa a mostra, discutindo entre si qual era a sequência correta que todos haviam visto. Houve participação e interação bem dinâmica de todos os participantes.

• **Abril**

No período, o Serviço Social abordou os seguintes temas:

- Foi apresentado o tema do mês que será "Direitos", juntos foi exibido um vídeo que direcionava o tema e em seguida foi conversado e discutido sobre os direitos e deveres em um contexto amplo, posteriormente foi coletada algumas questões que os idosos tem sobre seus direitos para serão trabalhadas.
- Junhando o ano de conquistas com músicas lançadas no mesmo. Os idosos recordaram muitos momentos de sua vida e seu processo histórico, interferindo em na autoestima e na memorização dos avanços sociais.
- Foi realizada uma roda de conversa com o tema "Lei Nacional do Idoso, de 1994" onde juntamente foi realizada a leitura dos princípios e objetivos para a compreensão da respectiva Lei através de uma dinâmica onde os idosos foram se escolhendo, também aconteceu uma dinâmica de dança com o intuito de animar os idosos.
- Nesta ocasião foi trabalhado com os idosos sobre o "Estatuto do Idoso", Lei de 2003, foi realizada a reprodução de uma música que foi lançada neste ano, posteriormente foi conversado sobre o grau de independência dos idosos e o que significa cada um. Em seguida foi exibido um vídeo que colaborou para a compreensão dos direitos em

que o estatuto oferta como por exemplo: A gratuidade do transporte, a responsabilização familiar com os idosos, entre outros direitos já garantidos. Foi finalizado o encontro com uma discussão sobre os conhecimentos absorvidos. A atividade visou ofertar para os idosos conhecimentos sobre os seus direitos, o senso crítico sobre a realidade contemporânea, quais os direitos já garantidos e a elevação da autoestima. Os idosos demonstraram bastante interesse pelo assunto e participaram dos debates com informações que já tinham sobre o referido tema, também receberam o estatuto de forma física.

- Foi realizada uma atividade em que foram trabalhados os vínculos através de uma dinâmica de "quebra gelo", em seguida foi realizada uma atividade artística de colorir uma mandala onde os idosos compartilharam os materiais, todos saíram bastante reflexivos sobre a necessidade de pertencimento e partilha.

- Foi realizada uma atividade em comemoração aos aniversariantes, através de uma dinâmica sensorial, com o objetivo de conexão com lembranças e comemoração do novo. Também foi ofertada uma meditação coletiva para trazer as lembranças e fortalecer o ser. Os idosos apresentaram bastante emoção ao recordar momentos da infância e juventude, a atividade foi ótima para este fortalecimento.

- A atividade foi aberta com uma dinâmica para a memorização dos nomes, em seguida foi trabalhado sobre a linha do tempo dos marcos do direito social com os idosos.

No período, a Psicóloga trabalhou o seguinte tema:

- Realizada atividade presencial, onde foi finalizada a atividade criando história. Cada grupo falou da sua história feita em equipe. Ao final houve uma discussão falando da importância da atividade realizada, com a participação de alguns idosos falando de suas histórias da vida real que através de uma atividade lúdica, perceberam a importância de suas vidas reais.

- Foi realizada atividade para celebrar o Dia Mundial da Saúde, onde foi feito uma dinâmica com vários objetos de higiene pessoal, para que eles adivinhassem o objeto. Em seguida falou-se da importância em cuidar da higiene pessoal, assim como cuida-se da mente e do corpo. Houve a participação dos técnicos fisioterapia, musicoterapia, serviço social e instrutor de dança.

- Realizada atividade em que foi trabalhado a "caixinha antiansiedade" de forma lúdica e descontraída trazendo discussão entre o grupo sobre ansiedade, sintomas, o que podemos fazer para melhorar os sintomas no dia a dia. A importância em cuidar da mente e como o convívio social pode ajudar na ansiedade. Ao final alguns idosos trouxeram a importância em participar das atividades em grupo e os benefícios alcançados. Houve a participação e interação de todos.

- Realizada atividade em que foram trabalhados os vínculos afetivos, respeito, trabalho em equipe. Foi utilizado uma caixa lúdica com vários itens montado e em seguida cada grupo teria que montar a caixa da mesma forma. Houve a participação de todos. Ao final alguns idosos falaram da importância da atividade falando como precisamos do outro e como a palavra do outro importa.

4.3 - Oficinas/atividades:

• **Fisioterapia – Geropilates**

No decorrer do quadrimestre foram realizados exercícios com objetivo de fortalecer, alongar, ganhar resistência e trabalhar a consciência corporal visando um melhor condicionamento físico para as atividades do dia a dia. Sendo eles:

- Exercícios de mobilidade ativa e passiva de membros superiores e inferiores;
- Exercícios dinâmicos de mobilidade ativa através do acompanhamento das músicas para realização dos movimentos;
- Exercícios de fortalecimento de membros superiores com uso de faixa elástica;
- Exercícios de mobilidade com acompanhamento de músicas;
- Exercícios de liberação miofascial com uso de bola de cravo e bastão;
- Exercícios de liberação miofascial com uso de bola de tênis;
- Exercícios de alongamento dos músculos estabilizadores de coluna com bola suíça;

- Exercícios de alongamento de membros superiores e inferiores com faixa elástica e bola de leite;
 - Exercícios de alongamento dos músculos de membros inferiores com bola suíça;
 - Exercícios de fortalecimento de membros superiores e inferiores com uso do halter e bambolê;
 - Exercícios de fortalecimento de membros superiores com halter e de membros inferiores com uso das cadeiras;
 - Exercícios de mobilidade de quadril e joelhos com bola na posição sentada, deitada e em pé;
 - Exercícios de mobilidade de membros superiores com uso de bola nas diferentes posições;
 - Exercícios de fortalecimento de membros superiores na posição sentada e em pé;
 - Exercícios de liberação miofascial nos membros superiores e inferiores com anel de Pilates e faixa elástica;
 - Exercícios de liberação miofascial nos membros superiores e inferiores com bola de cravo;
 - Foi realizado em um primeiro momento uma discussão e reflexão com os idosos sobre os benefícios dos exercícios respiratórios para sua qualidade de vida e independência. Após foram demonstrados os exercícios e realizado junto com eles para que possam reproduzir posteriormente em suas residências;
 - Inicialmente foi realizada uma roda de conversa para contextualizar os exercícios que foram abordados na atividade, elencando com os impactos destes exercícios na melhora da qualidade de vida e funcionalidade dos idosos. Após foi realizada a execução de exercícios para estabilização da coluna, com fortalecimento dos músculos
- Power house:**
- Realizada uma roda de conversa abordando exercícios funcionais de membros superiores e sua importância para a independência no dia a dia para atividades, como, estender roupas no varal, pegar objetos em locais mais altos. Ao final foi realizada a execução dos exercícios que eles possam realizar em suas casas como forma de buscar cada vez mais a independência.
 - Realizada uma roda de conversa sobre as tensões do dia a dia que ficam na região cervical que é a parte do corpo que mais absorve estas tensões de modo geral, acarretando muitas vezes dor e desconfortos ao longo do dia. Ao final foi realizada a execução dos exercícios para realizar na residência no decorrer da semana.
 - Realizada uma roda de conversa sobre exercícios que otimizam a circulação sanguínea. Os idosos trouxeram suas experiências sobre o que já fazem no dia a dia para estimular a circulação e refletem sobre a importância deste estímulo para a independência e funcionalidade. Ao final, foi realizada a execução de exercícios para que possam aprender e realizar em casa.
 - Realizada uma roda de conversa para abordar sobre as fascias e sua importância para a independência e funcionalidade dos idosos, bem como para sua convivência de modo geral. Após foi realizada a execução dos exercícios de liberação miofascial.
 - Realizada uma roda de conversa para abordar sobre a importância da fascia para alívio das dores e desconfortos, informando como identificar a origem das dores que possam vier no dia a dia, para que as dores não possam atrapalhar suas atividades de vida diária e sua convivência de modo geral, seja com amigos ou familiares. Após foi realizada a execução dos exercícios.
 - Realizada uma roda de conversa abordando sobre equilíbrio estático e dinâmico, e sua importância no dia a dia dos idosos, para a maior parte das atividades de vida diária, e até mesmo para as mais simples, como por exemplo, andar e caminhar. Ao final foi realizada a execução dos exercícios em forma de circuito dinâmico em trio e duplas.
 - Realizada uma atividade diferenciada em comemoração dos aniversariantes do mês. A atividade contou com uma estimulação da parte de coordenação motora grossa e equilíbrio em forma de labirinto em duplas, com o objetivo de trabalhar e enfatizar a importância da interação social, do trabalho em equipe e da confiança no próximo, para que o viver mais seja atrelado a uma maior qualidade de vida de modo geral. Ao longo da atividade, também foi trabalhado a parte cognitiva dos idosos com músicas e interpretações com palavras de características de festas de aniversário. Finalizamos com parabéns para os aniversariantes e entrega de presentes. Participaram da atividade também os profissionais: Instrutor de informática e Assistente Social.

• **Fisioterapia pélvica**

No decorrer do quadrimestre foram realizados exercícios com o objetivo de fortalecer a musculatura do assoalho pélvico e conscientização da musculatura prevenindo incontinência urinária e fecal e demais doenças relacionadas ao trato urinário. Sendo eles:

- Exercícios de fortalecimento pélvica de forma dinâmica associado a movimentação de membros inferiores;
 - Exercícios de decompressão pélvica associado a mobilidade das articulações adjacentes;
 - Exercícios de estabilização pélvica com uso de bola suíça;
 - Exercícios de estabilização pélvica na posição deitada e sentada;
 - Exercícios de fortalecimento dos músculos do quadril para garantir maior mobilidade de modo geral;
 - Exercícios de mobilização articular com objetivo de soltar a musculatura do quadril para uma melhor movimentação;
 - Exercícios de estabilização pélvica nas diferentes posições;
 - Exercícios de fortalecimento dos músculos estabilizadores de quadril com anel de Pilates;
 - Foi realizado em um primeiro momento uma roda de conversa para refletir e discutir quais os músculos que eram trabalhados nas atividades para prevenção da incontinência urinária e fecal, e quais os benefícios para sua vida e modo geral. Após foi realizado a execução de alguns exercícios de liberação miofascial da região de quadril:
 - Realizada uma roda de conversa para abordar sobre a experiência de contração dos músculos do assoalho pélvico em casa no momento da micção (que foi dado como lição de casa) para posterior discussão. O idosos informaram a suas vivências e tiraram dúvidas quanto a assuntos relacionados ao trato urinário feminino e masculino.
 - Realizada uma roda de conversa para abordar sobre o enchimento e esvaziamento da bexiga e sua relação com a nossa mente, abordando sobre as vias que levam informação da bexiga para o cérebro e vice-versa. A atividade foi programada como forma de responder uma pergunta levantada pelos idosos: na atividade anterior. Foi um momento de interação e troca de experiências.
 - Realizada uma roda de conversa abordando sobre os músculos abdôntes e adutores que são fazem parte da sustentação dos músculos trabalhados no assoalho pélvico, informando a importância de mantê-los fortalecidos para manter a independência e capacidade de interação e convivência.
 - Realizada uma atividade diferenciada para comemoração dos aniversariantes do mês. Através do trabalho com os sentidos em especial o tato com a utilização dos pés, os idosos foram estimulados a fazer reflexões quanto a vida e as lembranças que poderiam vir ao pisar nos elementos que estavam no chão, como por exemplo, arroz, feijão, terra, pedras etc. Ao final da atividade os idosos interagiram entre si, trocando experiências e vivências que foram proporcionadas quando estavam no círculo, foi um momento de conexão com o eu interior, e de valorização da vida, como forma de gratidão por todos os momentos vividos até aqui. Bem como, enfatizando a importância de valorizar o momento presente, como por exemplo, poder estar no Grupo Vida Brasil fazendo atividade e fortalecendo vínculos, visando um bem-estar biopsicossocial. Participaram da atividade também os profissionais: instrutor de informática e assistente social. Finalizamos com parabéns para os aniversariantes e entrega de presentes.
 - **Fisioterapia – estímulo cognitivo**
- No decorrer do quadrimestre foram realizadas atividades com objetivo de estimular a parte de atenção, raciocínio, memória, concentração e entre outros aspectos que envolvem a parte cognitiva, garantindo uma melhor interação corpo e mente. Sendo elas:
- Atividades de concentração e atenção com uso de letras associado as demandas que os idosos encontram no dia a dia;
 - Atividade para trabalhar coordenação motora.
 - Atividade de *Tangram*, na qual os idosos fizeram com formas geométricas a reprodução de animais, trabalhando a coordenação motora fina e concentração.
 - Realizada atividade com uso de música com objetivo de estimular a interação corpo e mente e para trabalhar expressão corporal nas suas diversas formas de manifestações;
 - Atividade com o jogo de memória *Genius* com intuito de trabalhar a memória dos idosos de uma forma mais diversificada e a interação entre eles.

- Realizada atividade relacionada a profissões e suas características. Os idosos trouxeram suas experiências em relação ao assunto e após realizaram um caça palavras dinâmico.
 - Realizada uma atividade abordando a temática de Páscoa. Os idosos confeccionaram uma cesta de EVA com bombons para compartilhar com a família. Foi uma oportunidade de trabalhar a coordenação motora fina e raciocínio.
 - Realizada uma roda de conversa abordando sobre a hipertensão arterial e suas complicações no dia a dia dos idosos, podendo atrapalhar sua independência e autonomia e a vinda deles até o centro de convivência. Como forma de complemento da atividade, os idosos realizaram um caça palavras com palavras de tema abordado, e ao final montaram um quebra cabeça em forma de coração com os fatores de riscos e modo de prevenção da doença em questão. Ao final os idosos discutiram sobre o assunto e passaram suas experiências sobre o assunto.
- **Dança**
 - Início e apresentação do ritmo, sertanejo universitário aos idosos, foi passado alguns educativos posturais, explicações da diferença de ritmo forró para sertanejo e marcações de tempos e não passada.
 - Atividade de dança com interação a músicas de época e as lembranças trazidas que marcaram, trabalhando o estímulo cognitivo e a memória.
 - Em continuidade a iniciação da aprendizagem do ritmo sertanejo universitário, foi realizado aquecimento, posteriormente educativos de cortagem de tempos para as passadas e apresentação inicial da forma correta do giro.
 - O ritmo de sertanejo universitário apresentado, a atividade foi iniciada com um alongamento e alinhamento da postura como principal elemento para a dança, seguiu a marcação do tempo das passadas, aprofundando no giro simples e, terminamos introduzindo educativo da frente e traz com material bambolé.
 - O ritmo de sertanejo universitário apresentado, iniciamos a atividade com um alongamento e lembrando-se da postura como principal elemento para a dança, seguiu a marcação do tempo das passadas, aprofundando no giro simples e, terminamos introduzindo educativo da frente e traz com escada de treinamento funcional.
 - Atividade de dança começou com aquecimento e posteriormente atividade rítmica, depois seguimos com ritmo de pop dance discoteca anos 80/70/80, sendo realizado passadas marcadas e movimentos de ginástica para fortalecimento de membros inferiores, para conhecimento e respeito ao espaço físico e eixo corporal.
 - Apresentados quatro ritmos de danças, foi abordado a história e origem desses ritmos de dança, a cultura por trás desses ritmos, que foi trabalhado durante o mês de março, para apresentação no dia dos aniversariantes do mês.
 - Dando continuidade aos ritmos de danças apresentados, os ensaios e aprendizados das bases desses ritmos desenvolveram-se com bom entusiasmo e alegria, posteriormente foi realizado dança com ritmo forró/jeje, para descontração do grupo e descarga de energia, finalizando com alongamento e relaxamento.
 - Com foco na marcação dos passos do estilo e ritmos de dança que serão apresentados na atividade de aniversariantes do mês de março, no final da atividade foi realizado relaxamento com música pop internacional e ginástica para fortalecimento.
 - A atividade teve foco hoje no relaxamento e alongamento do corpo, como enfoque na respiração e equilíbrio dos sistemas do corpo, no solo.
 - Foi realizada atividade para celebrar o Dia Mundial da Saúde, onde foi feito uma dinâmica com vários objetos de higiene pessoal, para que eles adivinhassem o objeto. Em seguida falou-se da importância em cuidar da higiene pessoal, assim como cuida-se da mente e do corpo. Houve a participação dos técnicos fisioterapia, musicoterapia, serviço social e instrutor de dança.
 - Foi proposto uma dinâmica diretamente ligada a dança, como meio principal para alcançar a valorização do idoso. A dança por ser uma atividade muito expressiva, detentora de grande liberdade e interpretação a dinâmica proposta é fazer com que o idoso reconheça suas qualidades, se valorize mais e, com isso, consiga aumentar sua autoestima, seu protagonismo, e acima de tudo haja a socialização entre o grupo, e vínculos de amizade sejam fortalecidos.
 - A dança por ser uma atividade muito expressiva, detentora de grande liberdade e interpretação depois de duas semanas de feriado foi retomada foi proposto trabalhar em duplas, dançando ritmos que já são conhecidos para recolocar o corpo ativo em movimento e condicionamento dos movimentos, e acima de tudo havendo a socialização entre o grupo, e vínculos de amizade sendo fortalecidos.

• **Dança Coreografada:**

- Marcação dos passos do estilo de dança, "Sertanejo-Universitário", e no final da atividade foi realizado atividade de relaxamento com música pop internacional coreografada.
- Realizados exercícios educativos para marcação dos tempos para dança coreografada, envolvendo movimentos de corpo todo.
- Em continuidade a iniciação da aprendizagem do ritmo sertanejo universitário, foi realizado aquecimento, posteriormente educativos de contagem de tempos para as passadas e apresentação inicial da forma correta do giro.
- A atividade foi de marcação do tempo das passadas, aprofundando no giro simples e, terminamos introduzindo educativo da frente e traz com material bambolé.
- Exercícios educativos de postura como principal elemento para a dança, seguiu a marcação do tempo das passadas, aprofundando no giro simples e introdução educativa da frente e traz com escada de treinamento funcional.
- Atividade de dança começou com aquecimento e posteriormente atividade rítmica, depois seguimos com ritmo de pop dance discoteca anos 60/70/80, sendo realizadas passadas marcadas e movimentos de ginástica para fortalecimento de membros inferiores, para conhecimento e respeito ao espaço físico e eixo corporal.
- Apresentado quatro ritmos de danças, foi trazido a história e origem desses ritmos de dança, a cultura por trás desses ritmos, que foi trabalhado durante o mês de março, para apresentação no dia dos aniversariantes do mês.
- Dando continuidade aos ritmos de danças apresentados, os ensaios e aprendizados das bases desses ritmos desenvolveram-se com bom entusiasmo e alegria, posteriormente foi realizado dança com ritmo forró, para descontração do grupo e descarga de energia, finalizando com alongamento e relaxamento.
- Em continuidade às atividades de dança, com foco na marcação total dos passos, os ritmos diversificados e com movimentos cada vez mais completos e que envolvam maior parte do corpo e membros em conjunto, melhorando postura e estrutura musculoesquelética fortalecida.
- Realizada atividade sentada na cadeira, com uma perspectiva diferente da dança, ao qual foi valorizado o sistema respiratório e alongamentos como uma das formas principais de adquirir resistência para a dança na prática, fortalecendo e equilibrando o corpo em homeostase para segurança da atividade e qualidade de vida.
- Atividade de dança começou com aquecimento sentado e posteriormente ritmo de sertanejo no primeiro momento da aula, depois seguimos com ritmo de pop dance discoteca anos 60/70/80, onde foi realizado passadas marcadas em dinâmica com bambóles, para conhecimento e respeito ao espaço físico e eixo corporal.
- Retomando a expressividade da dança, detentora de grande interpretação, depois de duas semanas de feriado, ao retorno foi proposto trabalhamos em duplas, dançando ritmos que já são conhecidos para recolocarmos o corpo ativo em movimento e recondicionamento dos movimentos, e acima de tudo havendo a socialização entre o grupo, e vínculos de amizade sendo fortalecidos.

• **Fluido em Movimento – (Musicoterapia)**

- Realizado relaxamento muscular progressivo acompanhado de músicas clássicas.
- Realizado alongamento e tecido sonoro para mobilização e consciência corporal. Estimulo de memória afetiva, concentração e interação social com atividades "Completa a música" e "Uma música que lembra a infância e adolescência".
- Realizado alongamento, atividade de ritmo corporal com a música "Uptown", atividade de batata quente com frases musicais. Os objetivos foram ritmo, coordenação motora, lateralidade, concentração, memória e interação social.
- Realizado alongamento. Dança sênior "Boomerang com trança". Células rítmicas com pandeiro. Ritmo e linguagem. Objetivos foram coordenação motora, planejamento motor, linguagem, cognição, concentração, mobilidade corporal.
- Realizado alongamento. Atividade dos sons musicais, executando a música "Olé, mulher renderá" com objetivo de estimular concentração, atenção compartilhada, ritmo e socialização.
- Realizado alongamento. Atividade do dado (emoções e cantores). Atividade Vamos partilhar. Os objetivos foram movimentos corporais, canto, concentração, envolvimento afetivo, liberdade de expressão, exercícios de empatia, pertencimento ao grupo, partilha, escuta de si e do outro, respeito, emoções positivas.

- Realizado alongamento. Dança sênior sentada com música "Dança gospel". Atividade siga o mestre musical. Atividade rítmica foi a feira. Os objetivos foram mobilização corporal, socialização, pertencimento ao grupo, coordenação visomotora, linguagem e atenção.
- Realizado alongamento e exercícios de respiração para relaxamento. Atividade de escuta musical com projeção em desenho. Encerramento com discussão em grupo. O objetivo foi resgatar memórias relativas às histórias pessoais de vida de cada idoso e a partilha com o grupo, trazendo a escuta de si e do outro, o senso de pertencimento ao grupo e socialização. Idosos compartilharam histórias da adolescência e vida adulta.
- Realizado alongamento. Dança sênior "Boomerang com trança". Tocando no ritmo. Advinha o som, onde os próprios idosos tocam para os colegas adivinharem o instrumento. Os objetivos foram mobilização corporal, planejamento motor, coordenação, percepção auditiva, atenção e olhar para o outro.
- Realizado alongamento. Jogo do movimento, em que idosos acompanham o ritmo musical com instrumentos e quando a música parar, realizam o movimento apresentado em imagem. Jogo "Fique ligado", com ritmos corporais. Os objetivos foram atenção a si próprio e ao outro, movimentos corporais, diversão, cognitivo.
- Realizado alongamento. Jogo do stop musical. Jogo das cantoras de rádio com idosos divididos em grupinhos. Os objetivos foram interação social, trabalho em equipe, colaboração, pensamento rápido, reminiscências.
- **Coral – (Musicoterapia)**
 - Realizado aquecimento vocal. Ensaíadas as músicas "Moreninha linda" e "Ainda ontem chorei de saudade". Trabalhadas técnicas de respiração durante o canto.
 - Realizados exercícios de respiração e aquecimento vocal. Ensaio das músicas "60 dias apaixonado", "Moreninha Linda" e "Beijinho doce".
 - Realizado aquecimento vocal. Iniciamos ensaio para apresentação de festa junina, das músicas "Isso aqui tá muito bom", "Eu só quero um xodó" e "Asa branca". Trabalhada linguagem, socialização e empostação de voz.
 - Realizado aquecimento vocal. Ensaio das músicas "Isso aqui tá muito bom", "Eu só quero um xodó" e "Asa branca". Iniciada a aprendizagem de caxixi para acompanhamento das canções. Trabalhada linguagem, socialização, empostação de voz, coordenação motora, atenção concentrada.
 - Realizado aquecimento vocal. Ensaio das músicas "Isso aqui tá muito bom", "Eu só quero um xodó" e "Asa branca". Treinamos divisão de voz na música "Asa branca", idosos realizaram muito bem. Foi trabalhada a autoestima, pertencimento ao grupo, empostação de voz.
 - Realizado aquecimento vocal. Ensaio das músicas "Isso aqui tá muito bom", "Eu só quero um xodó", "Moreninha linda" e "Asa branca". Treinamos divisão de voz na música "Asa branca", idosos realizaram muito bem. Foi trabalhada a autoestima, pertencimento ao grupo, empostação de voz.
 - Iniciamos o atendimento com uma roda de conversa sobre o tema das músicas ensaiadas. Idosos interagiram compartilhando experiências familiares e culturais sobre como comemoram a festa junina. Fizemos um aquecimento vocal e ensaiamos algumas das músicas da apresentação "Eu só quero um xodó", "Asa Branca", "Isso aqui tá bom demais".
 - Atividade "Vamos partilhar", em que idosos jogavam batata quente e compartilhavam informações pessoais com o grupo quando a música parava. Fizemos aquecimento vocal e ensaio das músicas para apresentação da festa junina. Os objetivos foram a escuta de si e do outro, senso de pertencimento ao grupo, reminiscências, socialização. Idosos compartilharam nome, prato favorito e idade, alguns se identificaram com o outro e interagiram.
 - Jogo das mãos, estimulando socialização, reminiscência, olhar para o outro, trabalho em equipe. Aquecimento vocal. Ensaio das músicas para apresentação da festa junina. Idosos se ajudaram e compartilharam lembranças da infância.
 - **Inclusão Digital - Modernidade Digital**
 - Foi realizada atividade no computador e roda de conversa para sanar as dúvidas que os idosos apresentavam.
 - Foi realizada atividade através do celular, com objetivo de sanar dúvidas sobre os tipos de internet que tem nos aparelhos e dúvidas que os idosos apresentaram.
 - Foram realizadas atividades através do computador e uma roda para tirar dúvidas, onde os idosos foram apresentando questões que tinha sobre o uso do celular.
 - Foi realizado atividade no computador (site: Racha-cuca e Youtube) e foi feita uma roda de conversa para tirar dúvidas sobre o uso do celular.

- Foi realizado atividades no computador (pesquisas no Google/Racha-cuca) e foi sanado dúvidas sobre o uso do celular.
- Foi realizado atividade no computador através do navegador de internet (Google/Racha-cuca/YouTube) e também foram sanadas dúvidas sobre o uso do celular (Google fotos).
- Foi realizada atividade no computador através do navegador de internet (Racha-cuca e pesquisas no Google), também foram realizadas atividade através do tablet e sanadas dúvidas sobre o uso do celular.
- Foi realizada atividade com o navegador de internet, e através dos tablets. E foram sanadas dúvidas sobre o uso do celular.
- Foi realizado atividade com o navegador de internet (Google/Racha-cuca), também sanamos dúvidas sobre o sistema de pagamento pix e sobre o uso do celular.
- Foi realizada atividade com o navegador internet (Google/Racha-cuca/YouTube), também foi utilizado o tablet para jogar jogos. Também foram sanadas dúvidas sobre o uso do celular.
- Foi realizada atividades no computador através do navegador de internet (Google, Racha-cuca e Youtube) e foram sanadas dúvida sobre o uso do celular.
- Foi realizada atividade com o navegador de internet (pesquisas variadas no Google, Racha-cuca, Youtube) e foi sanado dúvidas sobre o uso do celular. Também foi explicado o que é o "metaverso".

Corte e Costura

- Realizada diversas costuras distintas e feita confecção de bolsa e almofada, com intuito de demonstrar como colocar o zipper.
- Realizada confecção de sacolas, transformação de shorts em saia, corte de um vestido com babado e vaze, corte e costura em almofada e barra de calça jeans.
- Foi realizada reforma de saia jeans, confecção de sacola, costura de vestido e barra de toalha de rosto. Atividades realizadas conforme necessidade do idoso, sendo aberta para aprendizado de todos envolvidos.
- Realizado corte de vestido em tecido viscosé; transformação de saia jeans e diminuição do tamanho de uma blusa de malha. Atividades demandadas pela necessidade dos idosos.
- Realizado consento de calça moleton, confecção de franja de traveseiro e continuação da costura de sacola. Conforme demanda e necessidade dos idosos.
- Realizada diversas costuras distintas e feita confecção de bolsa e almofada, com intuito de demonstrar como colocar o zipper.
- Realizada confecção de sacolas, transformação de shorts em saia, corte de um vestido com babado e vaze, corte e costura em almofada e barra de calça jeans.
- Foi realizado vários concertos em (saia, calça moleton e barra de calça jeans), feito também corte de tecido para confecção de uma cortina.

4.4 - Atividades complementares:

Janeiro:

- **Conhecendo as Atividades:** Unindo o grupo de novos idosos inseridos foi realizada uma atividade de socialização entre os idosos e uma explicação dos objetivos das atividades de modernidade e fisioterapia, bem como dos objetivos e finalidade do Serviço.
- **Janeiro Branco:** Realizados três dias de atividade destacando os cuidados com a Saúde mental. Foi feito momento de relaxamento pela fisioterapia, para promover o bem-estar, a psicóloga conduziu uma reflexão sobre o tema, assistente social e Instrutores conduziram jogos de montar para estimular áreas cognitivas e interação em grupo. A musicoterapeuta conduziu com o grupo a Música "Do lado de cá"
- **Aniversariantes do mês:** Realizada uma comemoração dos aniversariantes de forma lúdica, através de jogos interativos, com objetivo de trabalhar com os idosos a interação, convívio e o trabalho em grupo, estimulando a cooperação e demais aspectos que são primordiais para viver em sociedade. No encerramento, de forma alegre e descontraída todos cantaram o "Parabéns a você"
- **Atividade Interativa Jogos e dança:** Realizada atividade interativa com jogos e dança com intuito de trabalhar os aspectos cognitivos de forma mais dinâmica, bem como para estimular o trabalho em grupo, cooperação e interação entre os idosos.

Fevereiro:

- **Cine Pipoca:** Realizado cine pipoca, onde foi passado o filme "Nossas Noites", a história se refere a um romance na terceira idade que surge lentamente entre dois vizinhos. O filme abordava também conflitos familiares e alguns traumas do passado. No encerramento foi realizado uma reflexão sobre a mensagem que o filme trouxe.
- **Aniversariantes do mês:** Realizada uma comemoração dos aniversariantes, onde foi trabalhado o cognitivo e expressão corporal dos idosos através do acompanhamento musical e o jogo cara a cara. Através dos ritmos foi possível desenvolver questões como a interação, valorização do trabalho em grupo e o fortalecimento dos vínculos afetivos
- **Baile de Carnaval:** Um momento festivo para alegrar os idosos. Houve músicas temáticas de carnaval, muita dança. Para limitar o número de usuários, participaram apenas o grupo de atividades do dia.

Março:

- **Dia Internacional da Mulher:** O evento foi iniciado com uma dança Sênior, após foi trabalhada a importância da mulher, feito orientações de manter os cuidados pessoais na terceira idade. Foi realizado uma esfoiação de mãos em todas as idosas e finalizado com a música "Mulher" do cantor Erasmo Carlos. Oferecido um delicioso lanche a todas. Houve satisfação e alegria para as idosas contribuindo para a autoestima de todas.
 - **Prevenção de quedas -:** Realizada uma roda de conversa para abordar orientações sobre quedas em idosos, enfatizando modos de prevenção, alterações físicas e estruturais da idade, causas intrínsecas e extrínsecas. Bem como, um circuito com exercícios práticos para exemplificar as informações passadas. Os idosos tiveram a oportunidade de interagir entre si, e passar suas experiências quanto ao assunto, colaborando para a manutenção da qualidade de vida e funcionalidade.
 - Houve a participação do Fisioterapeuta do Serviço Equilíbrio.
 - **Atividade Interativa:** No grupo foi proposto a criatividade imaginação e atenção dos idosos, com atividades de apostila que puseram em prova o cognitivo, a qual posteriormente a proposta era criar uma história continuada utilizando na mesma 14 palavras propostas pelo instrutor. No segundo momento foi proposta a criatividade imaginação e atenção dos idosos, lembranças de grandes marcas consumidas, grandes personalidades em imagens caricatas.
 - **Aniversariantes do mês:** Realizada uma atividade interativa com intuito de abordar diferentes culturas, sendo uma maneira de ampliar os saberes sobre a história de outros países, valorizar a diversidade e promover o respeito a diferentes culturas e modos de ser.
- Foi um momento de interação e trocas importantes entre os idosos e técnicos, enfatizando a importância de vínculos.

Abril:

- ** No período os eventos Aniversariantes do mês (27/04/2022) e a Comemoração do Dia Mundial da Saúde (07/04) foram festejados em cada grupo de atividade no respectivo dia da semana, registrados pelos técnicos responsáveis pela atividade.

4.5 - Ações realizadas com a comunidade, beneficiários e suas famílias:

| Equipe Técnica | Demanda | Intervenção | Natureza da Interface | Resolutividade | TOTAL DE ATENDIMENTOS |
|---------------------------------|--|---|---|--|---|
| <p>a) Serviço Social</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Inclusão de idosos. - Idosos que apresentaram dificuldades de vínculos familiares. - Atualização dos prontuários. - Orientação sobre os objetivos do serviço - Desligamento do serviço - Identificar usuários do CRAS e CREAS do município. | <ul style="list-style-type: none"> - Coleta de informações, levantamento do perfil do idoso - Acolhimento das demandas, ofertando o suporte para o possível estreitamento dos vínculos - Coleta de informações. - Troca de informações e retirada de possíveis dúvidas. - Atendimento social - Atendimento social individual e em grupo | <ul style="list-style-type: none"> - Análise em equipe do perfil do novo idoso. - Discussão de caso em equipe. - Registro nos prontuários. - Acolhimento das informações - Acolhimento das informações. - Acolhimento das informações | <ul style="list-style-type: none"> - Idoso incluso e participando das atividades. - Melhora nas relações familiares e assistência ao idoso. - Prontuários atualizados. - Idosos conscientes e participativos no serviço - Idosos desacolhidos com a garantia do respeito a sua autonomia. - Idosos conscientes dos serviços socioassistenciais e com as informações atualizadas. | <p style="text-align: center;">115</p> |

| | | | | | |
|----------------------|---|---|--|--|----|
| | <p>-Inclusão de idoso no prêmio mulher destaque Barueri</p> <p>- Orientações socioeducativas de forma grupal</p> | <p>-Acolhimento das informações da história de vida da idosa</p> <p>-Troca de experiências e compreensão sobre diversos temas</p> | <p>-Preenchimento do formulário de inscrição em conjunto com a idosa</p> <p>-Grupos socioeducativos, dinâmicas, rodas de conversas, troca de experiências.</p> | <p>-Idosa com a autoestima elevada, concorrendo a premiação.</p> <p>-Idosos participativos nos grupos absorvendo os objetivos do programa.</p> | |
| 2. Visita Domiciliar | <p>- Dificuldades nos contatos por telefones, busca ativa de possíveis idosos para inclusão no serviço;</p> <p>-Acompanhamento de idosos que estão com comprometimento de saúde</p> <p>- Demandas sociais/ alimentação.</p> | <p>-Visitas para o acesso ao idoso;</p> <p>-Visitas para a entrega de e doações recebidas pela instituição; Orientações aos familiares no suporte ao idoso; Orientação sobre a importância do acompanhamento do idoso e contribuição nos fortalecimentos dos vínculos sociais, e/ou familiares.</p> | <p>- Discussão de caso em equipe técnica.</p> <p>-Discussão de caso em equipe técnica e acompanhamento das demandas.</p> | <p>- Idosos seguindo as orientações; melhor interação familiar; participação nos grupos de atividade e acolhimento de idosos que estejam no perfil do programa.</p> <p>-Idosos acolhidos e com os vínculos fortalecidos com a instituição.</p> | 22 |

| b) Psicologia | | | | | | |
|----------------------|--|--|--------------------------------|--|----|--|
| 1. Atendimentos | - Acolhimento em família para fortalecimento de vínculos. | - Acolhimento e orientações suporte emocional. | - Discussão de caso em equipe. | - Usuários apresentaram melhoras e seguem em acompanhamento. | 16 | |
| | - Orientação sobre a importância em participar das atividades e ser assíduo. | - Atendimento individual. | - Discussão de caso em equipe. | - Usuários seguem participando. | | |
| 2. Visita domiciliar | - Orientação aos usuários sobre fortalecimento de vínculos e socialização na terceira idade. | - Trabalhados temas nos grupos. | - Discussão de caso em equipe. | - Usuários seguem participando. | 00 | |
| | - Atualização de prontuários | - Atendimento individual para coleta de informações. | - Registro nos prontuários | - Prontuários atualizados | | |
| | * Em virtude do tratamento de saúde no período, a psicóloga não realizou visitas domiciliares. | | | | | |

5. RESULTADOS ALCANÇADOS:

| Objetivos Específicos | Atividades | Metodologia Estratégia | Resultado Qualitativo Esperado | Resultado Quantitativo Esperado | Métodos de Verificação |
|--|---|--|---|--|--|
| <p>Contribuir para um processo de envelhecimento inserido nas relações sociais, na manutenção da autonomia e na busca de uma vida saudável e com qualidade</p> | <p>Atendimento do Serviço Social; Atendimento de Psicologia; Fisioterapia Geropilates; Estimulação Cognitiva; Fisioterapia Pelvica; Inclusão Digital; Coral; Fluido em Movimento; Dança; Mente em Ação; Corte e Costura. Visitas domiciliares; Atividades complementares.</p> | <p>No período, foram realizadas atividades, abordando temas de sobre convivência familiar, direitos sociais, suporte emocional, atividades físicas e de estimulação cognitiva. Realizada visita domiciliar, com uso de EPI's e com transporte seguro.</p> | <p>A partir das atividades realizadas no período, foi possível garantir ao usuário sua participação, buscando garantir sua autonomia e manutenção de uma vida saudável e com qualidade de vida. Alguns dos usuários já apresentavam comprometimento e se beneficiaram como participantes nas ações contribuindo para sua qualidade de vida.</p> | <p>No período, foi possível garantir a 96% dos usuários manterem sua autonomia com qualidade de vida. 4% com comprometimento na autonomia usufruíram das ações que contribuíram para sua qualidade de vida</p> | <p>Acompanhamento do grupo nas atividades presenciais e visitas domiciliares. Além destes, conforme demanda os casos foram discutidos em equipe multidisciplinar.</p> |
| <p>Oferecer espaços para desenvolvimento e potencialidades para novos projetos de vida.</p> | <p>Atendimento do Serviço Social; Atendimento de Psicologia; Fisioterapia Geropilates; Estimulação Cognitiva; Fisioterapia Pelvica; Inclusão Digital; Coral; Fluido em Movimento; Dança; Mente em Ação; Corte e Costura. Visitas domiciliares; Atividades complementares.</p> | <p>No período foram desenvolvidas atividades visando novas aprendizagens, atividades para manutenção da capacidade cognitivas e, condições físicas, rodas de conversa, dinâmicas com psicóloga e assistente social com temas sobre projetos pessoais, valor próprio, autoestima, participação social</p> | <p>A partir das atividades realizadas no período, foi possível garantir ao usuário o desenvolvimento de potencialidades e capacidades para novos projetos de vida. Alguns usuários apresentaram comprometimentos na autonomia e nos aspectos cognitivos dificultando realizar novos projetos.</p> | <p>No período, foi possível a 87% dos usuários desenvolver novos projetos de vida, 13% dos usuários apresentaram comprometimentos na autonomia e condições cognitivas, dificultando realizar novos projetos.</p> | <p>Acompanhamento do grupo nas atividades presenciais e visitas domiciliares. Além destes, conforme demanda os casos foram discutidos em equipe multidisciplinar.</p> <ul style="list-style-type: none"> * Registros através de fotos, vídeos, prontuário do idoso. |

| | | | | | |
|---|---|--|---|---|---|
| <p>Propiciar vivências que valorizam as experiências e que estimulam e potencializam a condição de escolher e decidir, contribuindo para o desenvolvimento da autonomia e protagonismo social dos usuários.</p> | <p>Atendimento do Serviço Social; Atendimento de Psicologia; Fisioterapia Geropilates; Estimulação Cognitiva; Fisioterapia Pélvica; Inclusão Digital; Coral; Fluido em Movimento; Dança; em Ação; Corte e Costura; Visitas domiciliares; Atividades complementares.</p> | <p>No período, foram realizados aos acompanhamentos através das atividades presenciais e visita domiciliar, ações para manutenção da capacidade física, rodas de conversa e dinâmicas, eventos comemorativos, divulgação de atividades e encontros no município.</p> | <p>A partir das atividades realizadas no período, foi possível propiciar acesso a vivências que estimulam e potencializam a condição de escolher e decidir, contribuindo para o desenvolvimento da autonomia e protagonismo social dos usuários</p> | <p>100% dos usuários no período, participaram das ações desenvolvidas com vivências que estimulam e potencializam a condição de escolher e decidir, contribuindo para o desenvolvimento da autonomia e protagonismo social dos usuários</p> | <p>Acompanhamento do grupo nas atividades presenciais e visitas domiciliares. Além destes, conforme demanda os casos foram discutidos em equipe multidisciplinar.</p> <p>* Registros através de fotos, vídeos, prontuário do idoso.</p> |
| <p>Estimular a participação na vida pública do território e desenvolver competências para a compreensão crítica da realidade social e do mundo contemporâneo</p> | <p>Atendimento do Serviço Social; Atendimento de Psicologia; Fisioterapia Geropilates; Estimulação Cognitiva; Fisioterapia Pélvica; Inclusão Digital; Coral; Fluido em Movimento; Dança; em Ação; Corte e Costura; Visitas domiciliares; Atividades complementares.</p> | <p>No período, foram realizadas ações para manutenção da capacidade física, rodas de conversa e dinâmicas, eventos comemorativos, divulgação de atividades e encontros no município.</p> | <p>A partir das atividades realizadas no período, foi possível estimular os usuários para uma participação na vida pública desenvolvendo competências para uma compreensão crítica da realidade social e do mundo contemporâneo</p> <p>Alguns usuários já apresentaram dificuldades na autonomia e cognitivo.</p> | <p>95% dos usuários participaram das ações que contribuíram para uma participação na vida pública e com uma visão crítica da realidade social</p> | <p>Acompanhamento do grupo nas atividades presenciais e visitas domiciliares. Além destes, conforme demanda os casos foram discutidos em equipe multidisciplinar.</p> <p>* Registros através de fotos, vídeos, prontuário do idoso.</p> |
| <p>Prevenir a institucionalização de pessoas idosas, com vistas a promover a sua inclusão social</p> | <p>Atendimento do Serviço Social; Atendimento de Psicologia; Fisioterapia Geropilates; Estimulação Cognitiva.</p> | <p>No período, foram realizadas atividades presenciais abordando temas de convivência familiar, direitos sociais, suporte</p> | <p>A partir das atividades realizadas no período, foi possível fortalecimento dos vínculos e da convivência familiar promovendo a inclusão social e prevenir a institucionalização.</p> | <p>No período, foi possível apoiar, orientar 100% dos usuários e suas famílias com vistas a promover a inclusão social</p> | <p>Acompanhamento do grupo nas atividades presenciais e visitas domiciliares. Além destes, conforme demanda os casos</p> |

| | | | | | |
|--|---|--|--|---|---|
| | <p>Fisioterapia Pélvica; Inclusão Digital; Coral; Fluido em Movimento; Dança; Mente em Ação; Corte e Costura; Visitas domiciliares; Atividades complementares;</p> | <p>emocional, atividades físicas e de estimulação cognitiva. Eventos, datas comemorativas, aniversariantes, foram realizados encontros como forma de contribuir com o bem-estar dos idosos. No período ocorreram visita domiciliar, com uso de EPI's e com transporte seguro.</p> | | <p>prevenindo institucionalização.</p> | <p>3 foram discutidos em equipe multidisciplinar. *Registros através de fotos, vídeos, prontuário do idoso.</p> |
| <p>Oportunizar o aprendizado constante, por meio de atividades para manutenção da memória e a capacidade de raciocínio</p> | <p>Atendimento do Serviço Social; Atendimento de Psicologia; Fisioterapia Geropilates; Estimulação Cognitiva; Fisioterapia Pélvica; Inclusão Digital; Coral; Fluido em Movimento; Dança; Mente em Ação; Corte e Costura; Visitas domiciliares; Atividades complementares;</p> | <p>No período, foram realizadas atividades presenciais abordando temas de sobre convivência familiar, direitos sociais, suporte emocional, atividades físicas e de estimulação cognitiva. Eventos, datas comemorativas, aniversariantes, foram realizados encontros como forma de contribuir com o bem-estar dos idosos. No período ocorreram visita domiciliar, com uso de EPI's e com transporte seguro.</p> | <p>Foi oferecido aos usuários novas aprendizagens estimulando a memória e capacidade de raciocínio contribuindo para manter autonomia e qualidade de vida.</p> | <p>100% Foram alcançados através das ações que visam a manutenção da capacidade de memória, raciocínio.</p> | <p>Acompanhamento do grupo nas atividades presenciais e visitas domiciliares. Além destes, conforme demanda os casos foram discutidos em equipe multidisciplinar. *Registros através de fotos, vídeos, prontuário do idoso.</p> |

| | | | | | |
|--|---|---|---|--|---|
| <p>Ativar a curiosidade intelectual e a pesquisa sobre assuntos passados e atuais.</p> | <p>Atendimento do Serviço Social; Atendimento de Psicologia; Fisioterapia Geropilates; Fisioterapia Cognitiva; Estimulação Digital; Fisioterapia Pélvica; Inclusão Digital; Coral; Fluido em Movimento; Dança; Mente em Ação; Corte e Costura. Visitas domiciliares; Atividades complementares.</p> | <p>No período foram desenvolvidas atividades com enfoque nos aspectos cognitivos, reflexões em roda de conversa com assistente social e psicóloga. Resgate da memória e de vivências pessoais, atividades com música e jogos.</p> | <p>Os usuários participaram e se beneficiaram de ações que ativam a curiosidade intelectual e pesquisa sobre assuntos passados e atuais</p> | <p>91% se beneficiaram das ações que ativam a curiosidade intelectual e pesquisa sobre assuntos passados e atuais.</p> | <p>Acompanhamento do grupo nas atividades presenciais e visitas domiciliares. Além destes, conforme demanda os casos foram discutidos em equipe multidisciplinar.</p> <p>* Registros através de fotos, vídeos, prontuário do idoso.</p> |
|--|---|---|---|--|---|

6 - AVALIAÇÃO DA EXECUÇÃO DO SERVIÇO REFERENTE AO PERÍODO:

- Com o retorno das atividades presenciais, cada vez os idosos tiveram mais adesão e participação nos grupos de atividades.
- Foram mantidas as formas de prevenção e cuidados, tais como: uso de máscaras; lanches individuais, limite de idosos por grupo;
- No período ocorreram visitas domiciliares para acompanhamento social;
- As comemorações de aniversariantes foram mantidas mensalmente nos horários de grupos de atividade e os aniversariantes do mês foram convidados a participar das comemorações;
- Foram mantidas palestras abordando temas importantes tais como: Saúde Mental, Dia Internacional da Mulher, as atividades diversificadas trabalhando nas oficinas, o protagonismo e a participação social do idoso;
- Manter as orientações e o acolhimento a todos os idosos nos atendimentos presenciais, continuando os cuidados e o uso de máscaras durante as atividades.;
- O uso da tecnologia se manteve para enviar recados importantes a todos do grupo, reforçar os horários de atividade.

- CAPACITAÇÕES:

- Cursando: Educador Físico Pós-graduação - Treinamento Funcional e Nutrição – Faculdade FAVENI; Envelhecimento Saudável e estratégias nutricionais para uma ótima longevidade – Capacitação 240 horas – Faculdade FAVENI.
- "Sexualidade no envelhecimento" – Participação psicóloga

Depoimentos de alguns usuários sobre o programa no quadrimestre, nas pesquisas de Satisfação:

- "No meu ponto de vista é muito bom. Minha sugestão é adoçar menos o suco". Idosa Maria Margarida Leitão.
- "Aqui é tudo maravilhoso, é tudo que pedi a Deus". Idosa: Elza de Souza Monteiro
- "Não tenho do que reclamar, só quando aparece imprevistos e não podemos comparecer e não há possibilidades de vir outro dia da semana mas é tudo ótimo." Idosa: Maria da Glória
- "Eu estou muito feliz em participar desse grupo de amigos maravilhosos que é o Grupo Vida Brasil". Idosa: Maria Lucia

7 - POSSIBILIDADES DE SUSTENTABILIDADE DAS AÇÕES (OUTRAS PARCERIAS)


Plano de aplicação do Programa (custeio) – Conselho Municipal do Idoso através do Fundo Municipal do Idoso. Todas as necessidades do Programa são realizadas com o custeio citado.

Houve ainda, a doação de itens com intuito a beneficiar os idosos atendidos pelo Programa, como:

- Doação de Livros pela Empresa "Polimix", 3 livros "Concreto além do Concreto" para serem sorteados aos idosos,
- Aquisição de brindes, cremes de mão e lanche, para as mulheres em comemoração ao Dia Internacional da Mulher, comprados com verba de parceiro da comunidade;
- Doação de Ovos de Páscoa da Cacau Show aos usuários.
- 03 Cestas de café da manhã ofertadas pela Escola Usina Pedagógica – foram sorteados aos usuários.

8 – DATA: 30 de abril de 2022.

9 – ASSINATURAS


Thais Yuri Tanaka de Almeida
Diretora Presidente
CPF: 218.739.328-39


Julian Pierre Coelho
Coordenador Geral


Thais Yuri Tanaka de Almeida
Diretora Presidente

Julian Pierre Coelho
Coordenador Geral
CPF: 405.158.688-09

